

نووسینی:

د. جیل بوینر
کرستن جنسون

وهرگیرانی له عمره بییه وه:

ئیمان هاشم رهسول

منتدی إقرأ الثقافي

وینه ی خراب و

www.iqra.ahlamontada.com

مه ترسییه کانی

له سه ر مندالان



وینہی خراب

9

مہترسیہ‌گانی لہ‌سہر مندالان

وینە ی خراپ و مه ترسیه کانی له سه ر مندالان

نووسینی: کرستین جنسون، د. جیل بوینر

وه رگێرانی بۆ عه ره بی: د. محمد عبدالجواد

وه رگێرانی بۆ کوردی: ئیمان هاشم پسول

پێداچونه وه ی: پێدار په ئوف ئه حمه د

ما فی له چاپدانه وه ی پارێزراوه بۆ نووسینگه ی ته فسیر

چاپی یه که م ١٤٤٢ ک - ٢٠٢١ ز



نوسینگه ی ته فسیر

بۆ بلاوکرینه وه

هه ولێز - شه قامی 30 مه تی، ته لیشت مئاره ی چۆلی

+964 750 818 08 65

www.al-tafseer.com

tafseerooffice@yahoo.com

f t i s y /TafseerOffice

ئاماده کردنی پێرست - نووسینگه ی ته فسیر

وینە ی خراپ و مه ترسیه کانی له سه ر مندالان،

کرستین جنسون، د. جیل بوینر (ئاماده کار)، ئیمان هاشم پسول (وه رگێرانی کوردی)

٨٠ لاپه ره،

٢١ * ١٤ سم

بابه ت، په ره ورده

له به رتوه به رایه تی گشتی کتێبخانه گشتیه کان

هه رێمی کوردستان ژماره سپاردنی (٨٢٦) ی سالی ٢٠٢٠ پێدراوه

"بیروبوچونی ئەم کتێبه، مه رج نییه هه مان بیرو بوچونی نووسینگه ی ته فسیر بێ"

دیزارین: جمعه صديق کاکه

وینەى خراپ و مەترسییه‌کانى لەسەر منداڵان

نوسینی

کرستین جنسون، د. جیل بوینر

وەرگیترانی بۆ عەرەبی

د. محمد عبدالجواد

بێداچونەوهی

رێدار رەئوف ئەحمەد

وەرگیترانی بۆ کوردی

ئیمان هاشم پرسول



سوپاس و پېزانين

بۆ تېمى (واعى)

ھاوکارانم له گەشتى گۆرپان و جەنگى
ھۆشيارکردندا، سوپاستان دەكەم له ناخى دلمەو، ئىوہى
كەسانى جياواز و خاوەن بۆچوونى پېرشنگدار.. پاكترين و
جوانترين و بۆنخۆشترين و باشترينى سلاو بەو پەرى
خۆشەويستى و دلسۆزىوہ ئاراستەتان دەكەم..

پيتەكان دەستەوہستانن لەنووسينى ئەو رېزو پېزانينەى
لە دلمدايە وە دەستەوہستانن لە دەرپرېنى وەسفى
سەرسامبوون و ئەو پياھەلدانەى كە لە دلمدايە، چەند
جوانە مرۆف بېتە مۆمىك رېگاي سەرگەردانەكان
رۈناك بکاتەوہ.

د. محەمەد عەبدولجواد

دامەزرېنەرى تېمى واعى

پێشهکی

کرستین جنسون دەلی:

له رابردوودا هیچ بەلگهیه کم نهبوو لهسەر ئەو
 رینگایانهی که بابەته بێئابروویه کان زیان به منداڵ
 ده گهیه نی.

هه موو ئەم شتانه گۆران کاتیک دایکیک په یوهندی
 پیوه کردم و به دهنگیکی لهرزۆکه وه وتی: کوپه هه قده
 سالانه کم گیچه لی سیکسی به خوشک و برا
 بچوو که کانی کردووه، باسی ئەوهی کرد ئالوده بوونی
 سهیرکردنی بابەته بێئابروویه کان وای لیکردووه ئەم کاره
 بکات.

پۆژی دواتر ههستم کرد زۆر پێویسته منداڵان
 ئاگادار بکه مه وه له زیانه کانی بابەته بێئابروویه کان و
 سهیرکردنیان.

بۆیە پێککەوتم لە گەڵ دکتۆرى دەروونى (جیل بوینر)، کتیییکمان نوسی بە ناوى (وینەى باش و وینەى خراپ) کە بوو پر فروشترین کتیب لە سایتى ئەمازۆن.

دواى پەيوەندى ئەم دایکە گۆبیستی چیرۆکانىکى زۆر بووم دەربارەى منداڵانىک، کە کەوتونەتە داوى سەیرکردنى ئەم بابەتە بێئاپروویانە، کە ناژمێردرێن، ئەم منداڵانەش بیکەس نین، یان لە خێزانیکی تیکچوو نین!

هەروەها دکتۆرە (مارى ئان لایلن) دەڵێ:

بەپراستی، دایک و باوکەکان، منداڵى قوناغى سەرەتای و هەرزەکارەکان لەم پۆژگارى ئەمرو کەدا رۆبەرپرووی کێشە گەلێکی زۆر دەبنەو، کە نە خۆت و نە دایک و باوکیش ناتوانن وینای ئەم کێشانە بکەن کاتێک لە تەمەنیکی بچووک دابوون، ئەوکات ئەگەر کەسیک بیویستایە سەیری بابەتە بێئاپروویەکان بکات، دەستکەوتنى ئەم شتانە زۆر سەخت بوو، بۆ ئەوەی

بەدەستی کەوتبا پێویستی دەکرد بچیت لە فرۆشگایە ک
بیکریت و ناسنامەى تایبەتى خۆى پیشانى خاوەن
فرۆشگا کە بدات.

زۆر بە خێرایى لە ماوەى چەند سالیکی کەم،
مندالان ئەمرو زۆر بە ئاسانى بە یە ک کلیکی ماوسى
کۆمپیوتەرە کە یان تەنها کردنەوێ بەرنامەى ک لە
ئایپاد و مۆبایلە کان دەتوانن سەیری زۆرێک لە بابەتە
بێئابروویە کان بکەن.

ئەو وینە و فیدیۆ بەدرەوشتیانە هەتا دێ بەرەو خراپتر
دەرۆن، بەشیوەى نامۆتر و قێزەونتر دیمەنە کان پیشان
دەدەن، هەروەها لە هەموو کاتێک زیاتر ئیستاکە
دەکەونە بەردەست.

دواى گەڕان و وردبـوونەوێ لەسەر زیانەکانى
سەیرکردنى بابەتە بێئابروویە کان دەرکەوت کە بەراستى
سەیرکردنى ئەم بابەتە زیانیکی زۆر بە سەیرکەر
دەگەیەنێ، هەروەها زیان بە پەيوەندىە کانیان و هەموو
دەورو بەریان دەگەیەنێ.

ئامانجمان ده‌رخستنی هه‌موو ئه‌و راستیانیه که په‌یوه‌ندی به ماده‌ی هۆشبه‌ری ئه‌م سه‌رده‌مه‌وه هه‌یه، ده‌مانه‌وێت خه‌لکی ده‌وله‌مه‌ند بکه‌ین به زانیاری بۆ بریاردانی دروست سه‌باره‌ت به سه‌یرکردنی بابته بیئابروویه‌کان.

سه‌باره‌ت به‌و سه‌یرکه‌رانه‌ی، که ته‌مه‌نیان منداڵه، ئه‌م بابته بۆ ئه‌وان بریاری که‌سیکی هۆشیار و پێگه‌یشتوو نییه کاتیکی سه‌یری بابته‌تیکي بیئابروویی ده‌که‌ن، له‌به‌ر ئه‌وه‌ی منداڵه‌کان له پڕیک ئه‌م شتانه ده‌دۆزنه‌وه ده‌ییین، بۆیه به‌م پێگایه زۆریک له منداڵان بابته‌تیکي بیئابروویان ده‌که‌وێته به‌رچاو به‌لکو منداڵانیکی ته‌مه‌ن ۱۲ ساڵ و خوار ئه‌م ته‌مه‌نه‌ش توشی ئالوده‌بوونی سه‌یرکردنی بابته‌ی بیئابروویی ده‌بن.

له‌باشترین بارودۆخه‌کاندا، منداڵ به‌بی دوودلی به دایک و باوکی ده‌لی که گۆبیستی شتیک بووه له ده‌ره‌وه‌ی ماله‌که‌یدا، یان باسی ئه‌وه‌یان بۆ ده‌کات که شتیکي وه‌های که‌وتۆته به‌رچاو له‌کو‌مپیوته‌ر یان له

لاپتۆپە کەدا، بەلام لە زۆربەي کاتەکاندا منداڵ
ترسیکی زۆری ھەيە باسی شتیکی وا بکات و،
دەشارتەو ھە دەری نابری.

زۆر گرنگە دایکان و باوکان گفتوگۆ بکەن لە گەڵ
منداڵەکانیان، بۆیان ڕون بکەنەو ھە بایەتە
بیتا ڕوویەکان چین و چۆن زیان بە مێشک و جەستەو
پەيوەندی کەسەکان دەگەيەن، پێستە گفتوگۆیەکی
کراو ھەیت، بە شێو ھەیک بیت پڕ لە خۆشەويستی و سۆز
بیت.

چاندنی ترس لە دلی منداڵە تەمەن بچوو کەکان
بەرامبەر بابەتە بیتا ڕوویەکان، ڕەنگە تا ماو ھەیک کەم
سودبەخش بیت و بە دووریان بگری لەم شتانە، بەلام
ئەمە یارمەتیدەر نابیت بۆ ھێشتەو ھەیک دەرگای گفتوگۆ
بە کراو ھەیک بۆ کاتیکی درژ.

ئەگەر منداڵ ھەستی کرد دایک و باوکی ئامادەن
گۆی بگرن بۆ ناپەھەتیەکانیان و بۆ ھەر پرسیار و
دەپڕینیکی، باو ھەیک پڕ سۆزیان بۆ دەکەنەو، ئەو ھە

مندالەكان زياتر ئامادەييان تيدا دەبىي بۆ كۆرۈنەنەن دەركاي گەتۈگۈ و پەرسىيار كۆرۈن سەبارەت بە ھەر بابەتتەك، بەتايىبەتتە بابەتتە يېتەپروويى، كە ئەگەرى ھەيە لە ھەر شوئىتەك يېتەككەوتتە بەرچاويان ياخود گۆبىستى بن لەبرى ئەوئە لە ناخى خويان بېھلەنەوئە بە فزولتەكى زۆرەوئە خويان لە شوئىتە ھەلەدا بەدوئە وئەلامى پەرسىيارەكانيان بگەپتەن.

لە زۆرەي كاتەكاندا گۆبىستى داىكان و باوكان دەبين دەلتەن: (مندالى من نا!)، (مندالەكەم سەيرى شتى وا ناك!).

((مۆبايلىان نىيە و منىش چاودىريان دەكەم كاتتەك ئىنتەرنىت بەكار دەھىنن، ھەتتا ئەگەر تواناي ئەوھىيان ھەبى بگەن بەم شتانە مندالەكانى من سەيرى ئەم جۆرە شتانە ناكەن))

ئەوئە دەكۆر پاست يېتە، ئىمە ھىوا خوازين وايتە. بەلام لەپرووي ئامارەوئە ئەمە شتتەكە دەكۆر پرووبدات و مندال شتى وا ببىننىت يان گۆبىست يېتە.

منډال ته‌گه‌ر له‌مؤبايله‌ تايبه‌ته‌که‌ي څوځيدا شتي‌کي
وا نه‌بينئ، ده‌کړئ له‌ ړږي خزم و که‌سه‌ نزیکه‌کاني يان
هاوړي‌کاني بينئ، به‌تايبه‌تي ته‌و که‌سانه‌ي که‌ زور
تامه‌زروڼ و ه‌زده‌کهن که‌سانيت‌ر به‌شداري پي‌بکه‌ن
کاتيک سه‌يري باب‌ه‌تي‌کي بي‌تاب‌رووي ده‌کهن.

زيات‌ر له‌ ۹۰% ټو ه‌ره‌زه‌کارانه‌ي که‌ ته‌مه‌نيان له
نيوان ۱۲-۱۷ سالانه، چاويان به‌ وښه‌ي بي‌تاب‌رووي
که‌وتوه، کاتيک بو‌يه‌که‌م جار وښه‌يه‌کي بي‌تاب‌رووي
ده‌بينئ، ټيتر ه‌ه‌ولده‌ن چهندين جاري تر ته‌م وښانه‌ بين.
چيتر پرسيارکي له‌و شي‌ويه‌ له‌خوت مه‌که‌ که‌ بلئي
ثايا منډاله‌که‌م له‌ ړږي ټينته‌رني‌ته‌وه‌ باب‌ه‌تي‌کي بي‌تاب‌رووي
ده‌بينئ ياخود نا؟

به‌لکو ده‌بي پي‌رس‌ي که‌ي ته‌م شتانه‌ ده‌بينئ؟
ته‌وه‌ي پي‌ويسته‌ دا‌يک و باوک بي‌که‌ن به‌ها ټاييني و
کو‌مه‌لايه‌تپيه‌کان له‌ دل و مي‌شکي منډاله‌که‌يان بچينئ،
منډاله‌که‌يان تاماده‌ بکه‌ن بو‌ هر ږوبه‌ږوبونه‌ويه‌کي

بابەتى بىئابرووى، توژىنەو زانستىە كانىش پالپشتى ئەم
بىرۆكەيەن.

ئەم كىتەبەش ناوەرۆكىكى سەرنجراكىش و ئاسان و
زانستىانە پىشكەشە كات سەبارەت بە ھۆشيار كەردنەو لە
زىانەكانى بابەتە بىئابرووىيەكان لە تەمەنى ۶ سالانەو.

دكتور محمد عبدالجواد

دامەزرێنەرى تىمى واعى

پێشەکی وەرگیر

تەنھا بەناوی خوای تاک و پاک

سوپاس و ستایش بۆ خوای پەرورددگاری جیهانیان،
سەڵات و سەلام بۆ سەر گیانی پیغەمبەری ئاخیر زەمان،
موحەممەدی خوشەویستمان (ﷺ).

لەم رۆژگارەدا کە تەکنەلۆجیا پیشکەوتوو، لەهەمان
کاتدا خراپە و فەسادیهکی زۆر بڵاو بوۆتەو، بەتایبەتی
لە سۆشیال میدیا و تۆرە کۆمەڵایەتیهکان کە زۆر بە
ئاسانی سەدان خراپە بەیەک کلیک دەکەوێتە
بەردەستی هەرکەسێک، کە تاک بەرەو ئاقاریکی
ترسناک ئاراستە دەکەن.

هه‌روه‌ها گوێیستبوونی چیرۆکه‌ ناخ هه‌ژین و
نامۆکان که‌ دلێ مروڤ ده‌که‌ن به‌ ئاو! ئه‌مه‌ش بووه
هوکاری ئه‌وه‌ی به‌ ته‌وفیقی خوای گه‌وره‌ ده‌ست بکه‌م
به‌ وه‌رگیرانی ئه‌م کتێبه‌ پر سوده‌.

به‌شیکی له‌ دایک و باوکان په‌روه‌رده‌کردن و
به‌خێوکردنی مندال له‌یه‌کتر جیا ناکه‌نه‌وه‌، پێیسته‌ بزانی
مندال گه‌وره‌کردن ته‌نها پرکردنه‌وه‌ی پێداویستییه‌کانی
نییه‌، به‌لکو په‌روه‌رده‌کردنیشی فهرامۆش نه‌که‌ن، چونکه‌
شانه‌شانی به‌خێوکردن گرنگه‌.

گه‌ر هه‌ر یه‌ک له‌ ئێمه‌ی دایک و باوکان له‌ ناستی
خۆمانه‌وه‌ ده‌ست پێبکه‌ین، سه‌ره‌تا خۆمان و دواتر
منداله‌کانمان هو‌شیار بکه‌ین، ئه‌وا ده‌توانین هیچ نه‌بی
قه‌لغانیکی به‌هێز له‌ده‌وری خۆمان و منداله‌کانمان
دروست بکه‌ین بۆ رۆبه‌روبوونه‌وه‌ی ئه‌و شه‌پۆله‌
فه‌سادیه‌ی، که‌ به‌ره‌و رومان دی، بێگومان به‌
هو‌شیاربوونی تاک و خێزان، کۆمه‌لگاش به‌ره‌و باشت
ده‌گۆڕی.

پئویستہ ہەر یه کیّک لہ ئیمہ هستی بہرپرسیاریتی
 ھەبیت بو پاراستنی فیترہت و پاکی مندالہ کانمان و
 چاندنی رەوشتہ بہرزہ کان و دروستکردنی
 کہ سایہ تیہ کی بہہیز لہ مندالہ کانماندا، وەک
 قەلایہ کی بہہیز بتوانن رۆبەرۆوی ہەر شەپۆلێکی
 خراب و دوور لہ بہا مرویہ کان بوہستنەوہ و ئیمہ و
 ئەوانیش ببینہ دەستیکی خێر بو ئەم کۆمەلگایہ.

خوشک و برا قەدر گرانہ کانم مندال ئامانہ تیکہ
 خوای گەورہ بہ ئیمہی دەبەخشی، لہرۆژی دواییدا
 لێپرسینەوہمان لہ گەڵ دەکری، کہ چۆن ئاگاداری ئەم
 ئەمانەتہ بووین، پئویستہ ھەموو کاتیّک ئەم
 فەرماشتە ی پیغەمبەری خوامان لہ بیر بیت (ﷺ) کہ
 (ابن عمر) (خوای لئی رازی بیت) دەفەرموی:
 پیغەمبەری خوا (ﷺ) فەرموویەتی: (ئاگاداربن کہ
 ھەموتان چاودێرن، ھەموشتان بہرپرسیارن لہ ژیر
 دەستە کانتان، کاربەدەستی خەلکی چاودێرہ و بہرپسیارہ
 لہ ژیر دەستەکانی، پیاویش چاودێری مال و

خیزانه‌که‌یه‌تی و به‌رپرسه لییان، ئافره‌تیش چاودیڤری مائی
 میڤرده‌که‌ی و مندال‌که‌انیه‌تی و به‌رپرسیشه لییان، کو‌یله‌ش
 چاودیڤره به‌سه‌ر مائی گه‌وره‌که‌ی و به‌رپرسه لیی، ده
 ئاگادارب‌ن هه‌موتان چاودیڤرن، هه‌موو‌یشتان به‌رپرسن له
 ژیر ده‌سته‌کانتان^(۱).

ئیمان هاشم رسول

^۱ صحیح بخاری / العتق / ۲۴۱۶.

بابه ته بڼا بر ووييه کان

چين ؟

به شي
يه که م

دواي نيوه پړوي پړوي هيني، دايکم له سره
قه نه فه که دانيشتبوو سهيري نه لبومي وښه تاييه ته کاني
خوماني ده کرد.

هزم کرد سهيري وښه گه شته کاني پيشتتر بکه م
که له که نار ده ریا بوو، له گه ل وښه بووک
گواستنه وهی خالم که له پاييزی پاردا بوو.

کاتيک ته و او بووین له سهير کردنيان بينيم دايکم
به چاوڼکی پر سؤزه وه سهيرم ده کات، وتی:

- "شتيک هديه ده مه وي قسه ت له گه ل بکه م

له باره يه وه".

- "نہلبومی وینہ کانمان پریہ تی لہ وینہی باش کہ
گرنگی خیزان و ہاورپیکانمان بیردہ خاتہوہ، بہ لام ثایا
دہزانی وینہی خراپیش ہہیہ ؟"
سہرم لہ قاند و وتم:

+ دایہ گیان مہ بہ ست چییہ لہ وینہی خراب ؟
دایکم نہلبومہ کہی داخست و سہیری کردم:
- پوؤلہ شیرینہ کہم نہو وینہ خراپانہی کہ مہ بہ ستمہ
پی دہ گوتری بابہ تی بیتاپرووی۔
لییم پرسی:

+ بہ لام بابہ تی بیتاپرووی واتای چییہ ؟
وتی:

- بابہ تی بیتاپرووی واتا وینہ یاخود قیدیؤ تہنانت فیلم
کارتونی کہ سانیک کہ جلیکی کہ میان لہ بہردا بیت
یاخود بی جل بن، ثایا وینہی لہو شیوہیت دیتوہ
پیشتر ؟

بیرم کردہوہ و وتم:

+ دایہ گیان بہ بیرمہ شتیکی لہو شیوہیم دیتوہ۔

ئینجا بە دایکم وت:

+ جارێکیان وینە ی ژن و پیاویکی بێ جلم بینی لە کتیی زانست لە کتیبخانەدا، هەموو ئەندامی جەستەیان شتی لەسەر نووسرابوو وە دیار بوون، ئایا ئەمە وینە ی بێ ئاپروویە ؟
دایکم زەرەخەنەیه کی کردوو وتی:

- نەخێر ئازیزە کەم جیاوازی هەیه لە نێوان وینە لە کتیی زانستدا و وینە ی بێئاپرووی.

دایکم ئەلبومی وینەکانی کردەوو ئاماژە ی کرد بۆ وینە ی من و خالۆزاکانم کە لە کەناردەریا بووین.
ئینجا وتی:

- وینە ی بێئاپروویەکان ئەو بەشەکانی جەستە ئاشکرا دەکات، کە ئێوە بە جلەکانی مەلەوانی داتانیۆشیوە.
دایکم وەستا بۆ ئەوە ی کەمێک بیربکاتەو، دواتر بەردەوام بوو وتی:

- زۆریە ی ئەو منداڵانە ی کە بابەتی بێئاپرووی دەبینن، یە کەسەر دەزانن ئەمە شتیکی خراپە، هەندێ منداڵیش

ده‌لین هه‌ست به ئالۆزی و تیکچوون ده‌که‌ین و ئازاری
که‌ده‌شیان بو دروست ده‌بی.

له‌دایکم پرسى:

+ که‌وايه بو سه‌یری ده‌که‌ن؟

دایکیشم وه‌لامی دامه‌وه وتی:

- بابه‌ته بیئابروویه‌کان فیلبازه وا له جه‌سته‌ت ده‌کا
بووروژی، له راستیدا فیل له می‌شک ده‌کات به
ده‌ردانی پێژه‌یه‌کی زۆر له ماده‌ کیمیاویه‌کان که وا
له جه‌سته‌ت ده‌کا هه‌ست به باشی بکات بو
ماوه‌یه‌کی کورت خایه‌ن، به‌لام ئەمه‌ ته‌نها فیلکردنه
له می‌شک، به‌جۆرێک له دوایدا کیشهی زۆر
دروست ده‌کات.

دایکم په‌نجده‌ی خسته‌ سه‌ر پێشه‌وه‌ی سه‌رم و وتی:

- کیشه‌ ئەوه‌یه بابه‌ته بیئابروویه‌کان ده‌توانی زیان به
می‌شکت بگه‌یه‌نی که هیشتا له ئاستی پێگه‌یه‌شتن
دایه، ئایا زانیت بابه‌ته بیئابروویه‌کان چه‌ند
مه‌ترسیدارن؟

+ دايڪه، كه هيٺده مهترسيدهاره منداله كان چوڻ

دهيدوڙنهوه ؟

وهلامي دامهوه:

- (زورپڪ له مندالان له لاپتوپ يان موبایل ياخود

ناميري تر لهناكاويڪ دهكهويته بهرچاروان،

ههنديڪيشيان لهپري كهسه نزيكه كانياهوه دهيبينن

وهك نهنداماني خيران يان هاوريڪانيان).

- ثايا شتيكي وات بهسهر هاتوه ؟

سهرم لهقاند:

+ " نهخير "

دايڪيشم وتي:

- دلخوشم، ثايا نهگهر شتيكي وات بهسهر بي ديه لام

و بهمني دهليي؟ بهلنيشت پي دهدهم كه هيچ

نارههتيهكت بو دروست نهبي، لهبرهوهي بهراستي

زور گرنگه بو من پي بزانم تاوهكو بتوانم

پاريزگاريت لي بكم.

+ بهدلنياييهوه وادهكم دايكه گيان...

+ دایکە... بەلام من هێشتا تێناگەم بۆچی کەسیک دەیهوێ سەیری بابەتە بێئابروویەکان بکات ؟
دایکم بۆ چەند چرکە یەک بیریکردەووە...

- (مندالەکان ئاساییە بەپەرۆش بن بۆ وەرگرتنی زانیاری، بەلام هەندێک مندال هەن فزۆلی و پەرۆشیان بۆ دیتنی ئەم بابەتانە هەیە، بۆ زۆرێک لە مندالان هێزی ئیرادەیان بەرامبەر دیتنی بابەتە بێئابروویەکان وەک ڕاکێشانیانە بۆ موگناتیسکی گەورە، دواى سەیرکردنی تەنھایەک ویلنەى بێئابرووی میشکیان هەڵدەخەلەتێ و وایان لێدەکا زیاتر و زیاتر سەیر بکەن).

دایکم دەستی خستە سەر شانم و سەیری چاوەکانمى کردو وتی:

- بەشیکی لە ئەرک و کاری من ئەویە ئاگادارت بکەمەو لە مەترسی بابەتە بێئابروویەکان.

- فێرم کردی کلاوی سەلامەتی ببەستی کاتیکی پایسکیلەکەت لێدەخوری بۆ ئەوی دەرەوێ میشتک

به سه لامة تي رابگري، به لام ورنه بيئابروويه کان
ده چيته ميشکت و له ناوه ده زيانی پي ده گهينه.

- تايا ده ته وي ناوه ده ميشکيشت بپاريزي؟

+ به لي دايکه گيان ده مه وي، به لام چون بابه ته
بيئابروويه کان زيان به ميشکم ده گهينه؟

- بابه ته بيئابروويه کان به لای کهم به دوو شيواز زيان به
ميشکت ده گهينه، يه کهميان درو له گهل ميشکت
ده کات سه بارهت به چونيته تي مامه له و
هه لسوکه و تکردي که سيک له گهل که سيکی تر،
هه نديک جار وا پيشانده دري پياوه کان به شيويه کی
ناشرين و پهق و دوور له به ها مرويه کان هه لسوکه و ت
له گهل نافرته تاندا ده کهن، ته نانهت نازاريشيان پي
ده گهينه، به شيويه کيش پيشاني ده ده ن وه ک نه وه ی
ياريه و بو خوشی وا ده کهن، پيت وایه نازاردانی
خه لکی ريگايه ک بي بو خوشی و رابواردن؟!

وتم:

+ (به دلنيايييه وه نه خير).

دایکم زەرەخەنەیه کی کردوو و دەستی لەدەوری شانم
دانا و وتی:

- ئەمە هەموو شتێک نییە، سەیرکردنی بابەتە
بیئابروویەکان زیان بە مێشکت دەگەیەنێ، لەبەر
ئەوێ سەیرکردنی بەرەو ئالوودەبوونیکی مەترسیدارت
دەبات، دەمەوێ زیاتر باسی ئالوودەبوونت بۆ بکەم،
بەجۆرێک بتوانی خۆت پارێزیت.

چی فیڵبوو؟

وینەى خراپ بریتیه له وینەى زیانبەخشی کەسانێک
کە جلیکی کەمیان لەبەردایە یان بێ جلن.
سەیرکردنی وینەى خراپ لەهەمان کاتدا هەستیکی
پێچەوانە دروست دەکات.

سەیرکردنی وینەى خراپ مەترسیدارە لەبەر ئەوێ
دەتوانی مێشک هەلبخەڵەتینی کە سەیری وینەى زیاتر
بکات، کە دواتر دەبیته هۆی ئالوودەبوون.

- هه‌ندی کەس لە نرخی ئالۆدەبوون کەم دەکەنەوە،
بەلام لە راستیدا ئالۆدەبوونی راستەقینە شتیکی زۆر
مەترسدارە.

- ئەو کەسانە‌ی کە توشی ئالوودە‌بوون دە‌بن پێ‌یان
دە‌گوتری ئالوودە‌بوو (خوپی‌وه‌گر).

دایک‌م بۆ خولە‌کی‌ک بێ‌دە‌نگ‌بوو دواتر وتی:

- ئالوودە‌بوون وە‌ک خووییە‌کی بە‌هێز وایە کە کە‌سی
خوپی‌وه‌گر ناتوانی بە‌ ئاسانی وازی لێ‌ به‌ی‌نی،
تە‌نانت ئە‌گەر بە‌هە‌موو تواناشی بی‌ه‌وێ‌ دە‌ست لە‌و
خووە‌ هە‌ل‌گری، وە‌ک بۆ‌سە‌ یان تە‌لە‌ وایە کە ناتوانی
لی‌وه‌ی هە‌لبی.

+ دایکە‌ من با‌پیرە‌م بە‌بیرە‌ جگەرە‌ی دە‌کێ‌شا، ئایا ئە‌و
توشی ئالوودە‌بوون بو‌وبوو؟

دایکیش‌م وتی:

- بە‌لێ‌ با‌پیرە‌ت خووی بە‌ جگەرە‌کێ‌شانه‌وه‌ گرت‌بوو، چە‌ند
سالی‌کی‌ خایاند تا توانی بە‌تە‌واوی دە‌ست لە‌و خووە‌
هە‌ل‌گری، هە‌ندی‌ کە‌س ئالوودە‌ی مادە‌ کحولییە‌کان
یان مادە‌ هۆ‌ش‌بەرە‌کان دە‌بن، هە‌ندی‌کێ‌ش ئالوودە‌ی
سە‌یرکردنی وێ‌نە‌ی خراب دە‌بن.

+ دایکە گیان ئایا بەراستی کەسیک ئالوودەى

سەیرکردنى وینەى خراب دەبێ؟

- بەلێ کورە باشە کەم ئەمە راستییە، هەندێک کەس

زوتر توشى ئالوودەبوون دەبن لە هەندێک کەسى

دیکە، بەلام ئەگەر کەسیک بیهوى توشى

ئالوودەبوون نەبێت، زۆر بە ئاسانى دەتوانى خۆى

پارێزێ، خوو بە هیچ شتێكى خراپەو نەگرێ.

+ بۆچی؟

چى پروودەدات؟

- زۆربەى ئالوودەبووان پرپاری نادرووست دەدەن کە زیان

بەخۆیان و دەوروبەریان دەگەیهنن، ئەوان زۆربەى کات

شتى ناپاراست دەلێن بۆ ئەوێ ئالوودەبوونەکیان

بشارنەو لە کەسە نزیکەکانیان و هاوڕێ و خێزانیان،

بۆیە زیاتر و زیاتر ئالوودە دەبن، بەجۆرێک هیچ

گرنگى پێدانیان نامێنێ بۆ خێزان و هاوڕێ و

قوتابخانە و ئیش و کار و تەنانەت خوشترین

ساتەکانیشیان هیچ گرنگیەکی نامێنێ لەلایان.

دایکم که میځ بې دهنګ بوو دواتر وتی:

- له پراستیدا که سانی ئالووده بوو - تهنانت به یارمه تی
دکتوری تایبه تیش - لایان سهخت و قورسه پرزگاریان
بې له ئالووده بوون و چاک بینه وه.

+ دایکه گیان بوچی چاکبونه وه له ئالووده بوون
قورسه؟ ئایا ناتوان هرکاتیک بیانہ وی بوستن؟
دایکیشم وتی:

- ((نهمه کاریکی ئاسان نییه، له بهر نه وهی ئیمه دوو
میځکمان هیه...))

+ دایکه... من دوو میځکم هیه؟

دایکم پیکه نی و وتی:

- له رواله تدا یه ک میځکمان هیه، به لام میځکی هر
یه که مان له دوو بهشی سهره کی پیک دیت که
به ژداری له ئالووده بوون ده کمن، ده توانین ناریان بنیین
میځکی سۆزداری (دماغ العاطفی) و میځکی هزری
(دماغ الفکری)، هه بوونی زانیاری له باره ی نهم دوو
به شهی میځک یارمه تیت ددها خوت پاریزی له
ئالووده بوون.

چي فيربووم :

- ئالوده بوون واتا کهوتنه ناو ته له ي خووييه کي زور زور څراپ.
- ئالوده بوون برياري نادرست ددهن و، ناراستي ده لښ بو ټه وه ي ئالوده بوونيان بشارنه وه.
- ئالوده بوون کاريگهري له سهر دوو به شي سهره کي ميشک دروست ده کات، ميشکي عاتيفي و ميشکي فکري.

به‌شی
سێیه‌م

میشکی عاتیفی

دایکم هه‌ستا کتییکی له نیو کتییخانه که هینا، به
په‌نجه‌کانی په‌ره‌کانی هه‌لده‌داوه تا گه‌یشته لاپه‌ره‌یه‌ک
وژنهی میشکی مرو‌قی له‌سەر کیشرا‌بوو، له چیشته‌خانه
له‌سەر کورسی دانیشتین و سه‌یرمان ده‌کرد.

دایکم ئاماژه‌ی بۆ وژنه‌که کرد و وتی:

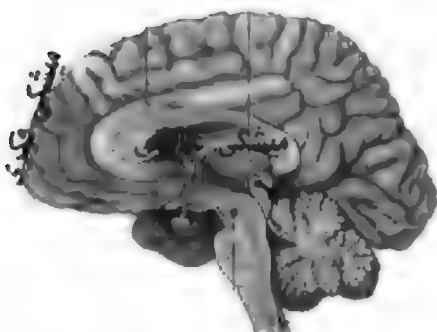
- میشکی عاتیفی

ده‌که‌وژته ئێره له

ناوه‌راس‌تدا، له

چهند به‌شیک

پیک دیت که



هه‌موویان به‌یه‌که‌وه کارده‌که‌ن بۆ ئه‌وه‌ی به‌ زیندوویی
بمانه‌ی‌لنه‌وه، بۆ نمونه : کاتیک له که‌شیکێ زۆر

گه‌رمدا ده‌چیته ده‌ره‌وه بۆ یاریکردن چی رووده‌دات؟

وتم:

+ عارەقە دەگەم.

دایکیشم وتی:

- بەلێ راستە، ئەمە مێشکی عاتیفیە نامە بۆ جەستەت
دەنێری تاوێ کو پلەي گەرمی لەشت دابەزی.

دواتر لێ پرسیم:

- ئەي چی ڕودەدات ئەگەر لە کەشیکي زۆر ساردا
بچیتە دەرەوە بۆ یاریکردن بەبێ پۆشیني جلیکی
ئەستورو گەرم؟

وتم:

+ لەسەرما دەلەرزم.

وتی:

- بەدڵنیاییەوه، ئەمە مێشکی عاتیفیە نامە بۆ جەستەت
دەنێری بۆ ئەوێ پلەي گەرمی لەشت بەرز بێتەوه.

- مێشکی عاتیفی بەرپرسیارە لەو غەریزانەي کە لەژیان
دەمانهێلنەوه، بۆ نموونە: مێشکی عاتیفی وامان
لێدەکات تینو بین و برسیمان بێت، بۆیە تۆ بەپێي

پيويست دەخۆيت و دەخۆيتهوه، هه‌روه‌ها سيسته‌مي
خه‌لات به‌خشيني‌شي هه‌يه كه وامان لێ‌ده‌كات هه‌ست
به‌ چيژ و خۆشي بکه‌ين دواي ئه‌نجامداني کاره‌كان،
وه‌ك نان خواردن كه وات لێ‌ده‌كات له ژياندا
بمينيته‌وه، خه‌لات به‌خشيني‌ش به‌رامبه‌ر كردني
کاره‌كان به‌شيكي گرينگه له ئه‌ركي مي‌شكي
عاتيفي)).

وتم:

+ دايكه گيان ئه‌وه هو‌كاري ئه‌ويه من جه‌ز به
دۆندرمه (سارده‌مه‌ني) ده‌که‌م.

دايكم زه‌رده‌خه‌نه‌ي کردو وتي:

- مي‌شكي عاتيفي گرينگه بو مانه‌وه‌ت له ژيان به‌لام
له‌هه‌مان کاتدا پيويستي به يارمه‌تي تو‌يه.

وتم:

+ بو‌چي؟

- له‌به‌ر ئه‌وه‌ي مي‌شكي عاتيفيت نازاني راست و هه‌له
له‌يه‌کتر جيا بکاته‌وه، ئه‌وه وه‌ك راوکردني مامز وایه

لەلایەن پلنگیکەوه، پلنگەکان مامز راودەکەن بۆ ئەوێ نان بخۆن، ئەوان نازانن ئەوێ دەیکەن دروستە یان هەڵە، تەنھا شتێک دەزانن چۆن لە ژیان بمێننەوه، بۆ ئەوەش پێویستە نان بخۆن، بۆیە راویان دەکەن چونکە برسیانە.

دواتر وتی:

- ((بەلام مەوێ کان جیاوازن لە ئازەڵەکان، مەوێ کان توانای بیرکردنەوهیان هەیە کە چ کاریک ئەنجام بدەن لەبری ئەوێ راستەوخۆ وەلامی هەستەکانیان بدەنەوه)).

منیش پێکەنیم و وتم:

+ مێشکی فکری وەک دایک وایە کە بە پۆڵەکە دەلی ساردەمەنی زۆر مەخۆ.

دایکیشم پێکەنی و وتی:

- بەلی رێک وایە، بەلام با زیاتر مێشکی فکری بناسین.

چي فيربووم ؟

- ميشکي عاتيفي بهرپرسياره له مانهوهي
جهسته مان له ژياندا، وام ليده کا ههست به
برسييه تي بکه م، ههست به تيئوييه تي بکه م،
ههروه ها وا له جهسته ده کات پيژهي گهرمي
جهسته هاوسه ننگ بيت.
- ميشکي عاتيفي وام ليده کا ههست به وه بکه م که
پيويستمه، دواتريش ههستي چيژ و خوشيم پي
دبه خشي بو ئه وهي کرداره که دوباره بکه مده وه،
به لام خالي لاوازي گه وره ي ههيه که ناتواني
راست و ههله لهيه کتري جيا بکاته وه.

بەشی
چوارەم

میشکی فکری

- دایکم دەستی خستە سەر پیشەوەی سەرم و وتی:
- ئەمە بەشیکیە لە میشتکت، پیشەوەی سەرت - ئێرە میشتکی فکرییە، ئەمە یارمەتیت دەدات کێشەکانت چارەسەر بکە، وەک شیکارکردنی هاوکیشەیه‌کی بیرکاری یان کێشانی وێنەی قەلایەک.
 - میشتکی فکری یارمەتیت دەدات پلان دابنێی و کۆنترۆڵی خۆت بکە، وەک فیزیوونی راست و هەڵە.
 - ئەو لە توانایدا هەیە فیزی بریاردانی دروست ببێ چونکە دەره‌نجامی بریارە نادروسته‌کانی بێردەکه‌وتتەوه، هه‌روه‌ها میشتکی فکری لە توانایدا

ههيه يارمه تيت بدات بو دهسته لگرتن له کاريک و
 بيرکړدنه وه بو گه يشتن به برياريکي راست و دروست.
 دواتر ناماږه ي کرد بو وڼنه ي ميشکي فکري، لي ي
 پرسيم:

- ثايا ده تواني بير له شتيک بکه يته وه که ميشکي
 فکري يارمه تيت بدات بو نه جامداني؟
 بيرم کرده وه و تم:

+ به لي دايه گيان، فيربووم له برا کهم نه دم کاتيک لي
 توږه ده بم.

دايکم زهرده خه نه يه کي کردو وتي:
 - زور باشه کوږه کهم، تو ده تواني کوئتر و لي خو
 بکه ي و به سهر توږه بوونه که تدا زال بي، له بهر نه وه ي
 ميشکي فکريت فير بووه و درکي به ده نه جامه
 خراپه کاني ليدان له برا که ت کرده وه.
 به دايکم وت:

+ ثايا ميشکي فکري ده تواني بمپاريږي له
 نالووده بوون؟

وہ لامي دامەوہ:

- بە لای بەدنیایێوە، هەر کاتێک هەول دەدەن بپاریکی
دروست هەلبژێری، مێشکی فکری بەهێزتر دەبێت،
بەو ھۆیەو مێشکی فکری دەتوانن بپاریژی لە
شتانیکی وەک ئالودەبوون، ئەمە وەک پراھینانی
ماسولکە وایە، چەند زیاتر پراھینان بە ماسولکە یەک
بکەن ھێندەش زیاتر بەهێز دەبێت.

بەدایکم وت:

+ دایکە گیان ھێچ بیروکە یەک نەبوو کە مێشکی
فکری وەک ماسولکە یەک دەتوانن بەهێز ببێت!
دایکم لە باوەشی گرت و وتی:

- بێگومان، تۆ بەهێزتر دەبی کاتێک بپاری دروست
دەدەن.

- بۆیە پێویستە لەسەرت بزانی ئەم دوو بەشی مێشکە
چۆن بەیەکەوە کار دەکەن.

چى فيربوو؟

ميشكى فكرى يارمه تيم ددهات بو چاره سهر كړدى
 كيښه كان و، كوټرپول كړدى نه فسى خوځ و، برپاردانى
 راست و دروست، ههروهه دهتوانم ميشكى فكرى به
 راهينان كړن به هيڅ بكم.

هه‌ردوو به‌شی می‌شک

به‌یه‌که‌وه کار ده‌که‌ن

به‌شی

پێنجه‌م

دایکم له شوینه‌که‌ی خۆی هه‌ستا، به‌یه‌که‌وه چوین
بو‌لای ئه‌و په‌نجه‌ره‌یه‌ی که به‌سه‌ر گه‌رپه‌که‌ماندا
ده‌پروانی، ئینجا وتی:

- نمونه‌یه‌کت پێ ده‌لیم که چۆن هه‌ردوو به‌شی می‌شک
به‌یه‌که‌وه کار ده‌که‌ن.

- با‌وای دابنێن کاتی دوا‌ی نیوه‌پۆیه‌و که‌شه‌که‌ زۆر
گه‌رمه‌، تۆش برسیته‌، عه‌ره‌بانیه‌ی دۆندرمه‌ که‌ش
له‌وبه‌ر شه‌قامه‌ که‌یه‌..

دایکم ده‌ستی چه‌پی به‌رز کرده‌وه‌و وتی:

- ئه‌مه‌ می‌شکی عاتیفیه‌ ده‌یه‌وێ خواردن بخوات، پێت
ده‌لێ برۆ ئه‌و به‌ر شوسته‌که‌و دۆندرمه‌ بکه‌ره‌.

دواتر دهستی راستی بهرز کردهوه وتی:
 - به لام میښکی فکريت دهلی: بوهسته! سهرتا سهیری
 ئوتومبیلله کان بکه!
 دواتر هردوو دهستی خر کردهوه بهجوریک دهستی
 راستی خسته سهردهستی چهپی.

وتی:

- کاتیک میښکی فکری بهرپرسیاریه تی هله ده گری،
 هردوو بهشی میښک زور به باشی بهیه کهوه کار
 ده کهن بؤ پاراستن و یارمه تیدانت بؤ به دهسته یانی نهو
 شته ی که دهته وی.

- به لام نه گهر ئالوده بوون میښکی فکريت لاواز بکات
 و میښکی عاتیفی بهرپرس بیت و دهست به سهر
 برپاره کاندای بگری چی پرووده دات؟؟
 بیرم کردهوه وتم:

+ رهنکه له شه قامه که بهرپرمهوه بی نهوه ی سهیری
 نه ملای نهولای خوم بکه م و ئوتومبیللیک خوی پیمدا
 بکیشیت، له بهر نهوه ی بیرم لهوه نه کردیته وه سهیری

ئەملاوئەولای شەقامە کە بکەم.

- بەلێ بەراستی وایە، بەبی میشکی فکریت، میشکی
عاتیفی دەیهوئ هەموو ئەو شتانه بکات کە
ئارەزوویەتی، تەنانت ئەگەر ئەم کارە پارێزراو و
سەلامەتیش نەبێت بۆت، جا تۆ دەتەوئ کامە بەشی
میشتک بەرپرس بیت؟

وہلامی دایکم دایەوہ:

+ میشکی فکری.

دایکیشم سەری ھاوڕابوونی ڕاوەشانە و وتی:

- ییگومان کۆرەکەم.

بەپێکەنینەوہ بە دایکم وت:

+ دایکە گیان قسەکردنمان لەسەر موۆتە و دۆندرمە

وای لە میشکی عاتیفی و فکریمانی کرد حەز بە
خواردنی بکەین..

دایکیشم زەرەخەنەییەکی کردوو وتی:

- ڕات چییە بۆ دوا ی نانی ئیوارە بیت؟ دەتوانی

یارمەتیم بەدی لە ئامادەکردنی، ھەروەھا زیاتر

لەبارەى سەلامەتبوون و چۆنیەتى پاراستنى مێشکمان
 لە ئالوودەبوون و وینەى خراب قسەدەکەین.
 + دایکە گیان بەراستى من ئیستا حەزم لە دۆندرمەیه،
 بەلام مێشکى فکرىم بەکارهینا بۆ ئەوەى یارمەتیم
 بدات چاوەڕێکەم تا دواى نانى ئیوارە.

چى فێربوو؟

هەردوو بەشى مێشکى فکرى و عاتیفى گەرنەن،
 بەلام پێویستە بزەنم کە مێشکى فکرى بەرپرسە بۆ
 ئەوەى دەسەلاتم بەسەر بریارەکانمدا هەبێ و بتوانم
 بریارى دروست بدهم و دوور بکەومەوه لە هەڵە، بەوەش
 دەتوانم پارێزراو بمانمەوه کاتیەک مێشکى فکرى
 بەرپرسە.

بەشى
شەشەم

ناوەندى سەرنج پاكيشان

دواى تەواوكردنى نانى ئىواره، دانىشتين لەسەر
كورسى و مېزى چىشتخانه دۆندرمە بخۆين، دواى
خواردنى كۆتا كەوچك لە دۆندرمە كە، داىكم لىي
پرسيم:

- ئايا دەزانى هەندى كەس دەست هەلگرتن لە
سەركردنى بابەتە بىئابروويەكان بەلايانەو قورستە
لە دەست هەلگرتن لە ماددە هۆشبەرەكان ؟
وەلاميم داىهە:

+ بەراستى؟

بۆچى؟

داىكىشم وتى:

- بەهۆى يەك هۆكارەو، وئە خراپەكان بەشيكى زۆر
هەستيار و بەهيز دەخەنە كارو گېرى تى بەردەدەن لە

میڤشکی عاتیفی کە پێی دەگوترێ " ناوەندی سەرنج
پاکیشان ".

سەرم سوپما و وتم:

+ ناوەندی سەرنج پاکیشان!

دایکم دووبارە کتێبە کە ی کردەوێ ئاماژە ی بۆ
شوێنێکی وینە ی میڤشک کرد.

- ھەریەک لە ئێمە ئێوە بەشە ی ناوەندی سەرنج
پاکیشانمان ھەیە لە میڤشکدا، کە بەشی کە لە میڤشکی
عاتیفی، بەلام ئێمە شوێنە ی میڤشک لە مندالاندا لە
کار و ەستاو ە ەتاو ە کو گەورە دەبن.

- ناوەندی سەرنج پاکیشان ەستی وروژاندن و خوشی
دروستە کات کە دەبنە ھۆی ئێوە ی خەڵکی یە کتریان
خوشبووی و لە نزیک یە کتیرەو ە بمیننەو ە.
سەیری دایکم کردو وتم:

+ دە ی کەواتە ئێمە بەشە بۆ ھیندە گرنگە؟

دایکیشم دەستی بەسەری داھێنام و وتی:

- بەبێ ناوەندی سەرنجراکێشان لە میشکدا دایک و باوکان سەرنجیان بوو یەکتەر پاناکیشری و هاوسەرگیری ناکەن و منداڵیشیان نابێ، بۆیە چیتەر مەرۆقاییەتیش بەردەوام نەدەبوو و لە ژیان نەدەما... ئەوەش ئەوە دەگەیەنێ کە دەکرا ئیستاکە ئێمە بوونمان نەبووایە!

منیش زەرەدەخەنەم کردو و تم:

+ وایە دایکە گیان، ئیستا هەست دەکەم ئەم بەشە زۆر گەرنگە.

دایکم وتی:

- ھەروەھا گەرنگە بوو زانینی ئەوەی کە بابەتە بێئابرووییەکان مەرۆف ھەلەدەخەلەتینی وایان لێدەکات بپروا بە ھەندیک شتی ناراست بکەن. منیش پرسیارم کرد:

- چ جۆرە درۆ و ناراستییەک دایکە گیان؟

دایکیشم وتی:

- سەیرکردنی بابەتە بێتاپرۆویەکان وات لەدەکات وایزانی مەرۆف شتێکە بەکاردهێندری لەجیاتى ئەوەی مەرۆف و هەست و سۆزبان هەیه.

- ئێمە دەزانین کە مەرۆف هەست و سۆزی هەیه و دەیهوێ بە نەرمونیانی و پێزەوه هەلسوکەوتی لەگەڵ بکری، بۆیە بابەتە بێتاپرۆویەکان درۆ لەگەڵ ئەو کەسانە دەکەن کە سەیربان دەکەن.

لە دایکەم پرسی:

+ باشە دایە گیان ئەوانەى کە سەیری وێنە و فیدیۆی خراب دەکەن چون نازانن ئەم وێنەیه درۆیه و راست نییه، چون نمایشکردنێک دەتوانی زیان بە خەلکی بگەیهنێ؟

دایکەم وەلامی دامەوه:

- پرسیارێکی زۆر باشە، هەرچەندە ناوەندی سەرنج راکیشان بو ئەوه دروستکراوه کەسە راستەقینەکان سەرنجیان بۆلای یە کتر بچێ و لەیه کتر نزیک

بکە و نەو، بەلام ناوەندى سەرئىچ ڕاکێشان ناتوانى
جیاوازی بکا لە نۆوان وێنە و کەسى ڕاستەقینە.

- سەیرکردنى وێنە و فیدىۆى بێئابرووبى مێشک بەو
هەڵدەخەڵەتێنى هەستىكى زۆر بەهێز لە مەرۆفدا
دروست دەکات کە ناتوانى دەستى بەسەردابگرێت
ياخود بيوەستىنى بەتایبەتى لە منداڵاندا، کە دەبێتە
هۆکارى کێشەى زۆر.

دایکەم ئۆتۆمبیلی بڕاکەم (یارى منداڵان) ی لەسەر
زەویە کە هی ناو وتی:

- وایدانێ ئەمە ئۆتۆمبیلی پێشبرکێ ڕاستەقینە،
پایدەرى بەنزینی ئەم ئۆتۆمبیلە وەک ناوەندى سەرئىچ
ڕاکێشانى مێشک وایە، بڕیکى (ئىستۆپى قاچ) ی
ئۆتۆمبیلە کەش وەک مێشکى فکرى وایە.

- چى ڕوودەدات ئەگەر پى بنێ بە پایدەرى بەنزینە کە
و لەهەمان کاتدا بڕیکى وەستانى ئۆتۆمبیلە کە کار
نەکات ؟

وہ لایم دایەوہو و تم:

+ خۆم بە شوئنیك دەكێشم و بریندار دەبم.

دایکم وتی:

- بەلێ وایە، وێنە خراپەکانیش بۆیە مەترسیدارن چونکە ناوەندی سەرئێش و مێشکی عاتیفی دەکەنە بەرپرس و کۆنترۆلی کردەو کانت دەکەن.

- مێشکی فکری کاتیکی زۆری دەوێ بۆ ئەوێ بەهێز بێت، بەجۆرێک کە بتوانی برێکی وەستان داگری، بۆ ئەوێ بتوانی کۆنترۆلی ئەم جوړە هەستانە بکات.

دایکم ئۆتۆمبیلەکی پێ دام و وتی:

- چی دەکەیت ئەگەر ئۆتۆمبیلەکەت بەرەو وێنەو

فیدیوی خراب لێدەخوری؟

و تم:

+ دایکە گیان مێشکی فکری دەکەمە بەرپرس و

ناهیڵم وێنە و فیدیوی خراب ببینی واتا سەیریان ناکەم.

دایکم زەرده خەندە ی کردوو وتی:
 - کۆرە باشە کەم مەن زۆر شانازیت پێوە دەکەم کە
 بڕیاری درووست دەدەیت.
 ١

چی فیڵبوو؟

- ناوەندی سەرنج راکیشان بەشیکی لە میشکی
 عاتیفی، ئەو زۆر بەهێزە چونکە ئەرکە کە ی زۆر
 گەرنگە، ئەو دایکان و باوکان بەیە کەو کۆدە کاتەو
 بۆ ئەوێ خێزان درووست بێ.
 - وێنە خراپە کان ناوەندی سەرنج راکیشان
 هەڵدەخەڵەتێنێ، زوتر لە کاتی خۆی دەبخاتە کار،
 پیش ئەوێ میشکی فکری بڕیکی وەستانی بۆ
 درووست بێ و بتوانێ دەسەلاتی بەسەردا هەبێ.
 ئەمەش بۆم پوون دەکاتەو کە بۆچی پێویستە
 دوورکەو مەو لە سەیرکردنی بابەتە یێناپروویە کان.

سەیرکردنى وینەو فیدیۆ
بێئابروووییهکان چۆن بەرهو
ئالوودەبوونت دەبەن؟

بەشنى
حهوتەم

لە گەڵ دایکم چووین قاپەکان بشۆرین.
لێى پرسیم:

- بەپرای تۆ منداڵ ئە گەریەک وینەى خراپ ببینی
ئایا توشى ئالوودەبوون دەییت؟ زۆریەى منداڵان
ئالوودەبوو نابن، بەلام هەندیک منداڵ کە پیشوختە
نامادە نە کراون بۆ بارودۆخیکى وەها پەنگە زوو
بکەونە تەڵەو داوى ئەم وینە خراپانە.
بەسەر سورمانەوه وتم:

+ دایکە گیان چۆن وەها خیرا روودەدات؟
دایکم وتى:

- کۆرە کەم هەول دەدم بۆت پەڕون بکەمەوه، وینە خراپەکان
فیل لەمیشک دەکەن بەوهى وادە کا رێژەیه کى زۆر

لە مادە کیمیایەکان دەریدا کە وا لە کەسە کە
 دەکات بۆ ماویەکی زۆر کورت هەست بە
 خۆشیەکی کاتی بکات، بەلام ئەوەی ترسناکە لە
 ئالوودەبرونی وێنە خراپەکان، مێشک وەک مادە
 ھۆشبەریک وەری دەگری، واتا مێشکی کەسە کە
 ئالوودەیی وێنەکان دەبێ وەک چۆن ئالوودەیی
 مادە ھۆشبەریک دەبێ.

بەدایکم وت:

+ بەراستی وایە؟!

دایکم وتی:

- بەلێ کۆرە کەم، زۆریک لە زاناین دەلێن "کاریگەری
 سەیرکردنی وێنە و فیدیۆیی بیئابروویی وەک
 کاریگەری ماددە ھۆشبەرە بەھێزەکان وایە".

- ھەروەھا سەیرکردنی وێنە خراپەکان دەبێتە ھۆی
 لەناوچوونی بەشیکی مێشک!

وتم:

+ بەراستی ترسناکە!

وتی:

- راسته، تۆ مادده هۆشبهره کانت تاقی نه کردۆتهوه که مەترسیدارن و زیان بهخش و ئازارب هخشن، بهلام لهراستیدا وینه خراپه کان ههندیگ جار زۆر مەترسیدارترن له مادده هۆشبهره کان، هەرچهنده زۆر سهخته زالبوون و دهستبهرداربوون له ماددهی هۆشبهره، بهلام له ماوهیه کی کهم نه گهر کهسه که چارهسههر وهرگرئ دهتوانی جهستهی نهو مادده هۆشبهره بکاته دهرهوه و خۆی پاک بکاتهوه.

- پیچهوانهی مادده هۆشبهره کان، میشک ناتوانی پزگاری بی له وینه و فیدیو خراپه کان، ههر که کهوته بهرچاوت ئیتر له میشک دهمیننهوه ههرکاتیک بیرت بکهوینهوه دینهوه بهرچاوت.

وتم:

+ نه مه پهسه ند نییه!

دایکم وەلامی دامەووە وتی:

- نەخیڕ وانیشێ، هەر کە کەسیک گەرنیگیدا بە
سەیرکردنی وێنە خراپەکان، ناوەندی سەرن جەراکیشان
لە میشتکدا حەزێکی زۆر دروست دەکات لە
کەسە کەدا بوو ئەوەی بەدوای وێنەی نوێی خراپی
زیاتر و زیاتر بگەڕێ، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێ
کەسە کە دەیهوێ سەیر بکات و ناتوانێ بیر لە هیچ
شتێکی دیکە بکاتەو.

منیش وتم:

+ ئەمە واتا ناوەندی سەرن جەراکیشان دەیهوێ وێنەی
زیاتر ببینێ، بەلام بۆچی؟!
دایکیشم وەلامی دامەووە وتی:

- لەبەر ئەوەی میشتک بێزار دەبێ لە وێنە کۆنەکان
چۆن لە بینینی وێنەی نوێ وەرده گری..
- ئایا بیرت دێ کە کۆتا جار بوو کە بەشتێکی نوێو
کاریگەر بووی؟

+ دایکە گیان ئەمە ئاسانە، ئەو ئۆتۆمبیلەى کەریم
بە کوێتەرۆڵ ئیش دەکات، زۆرى پێچوو تا توانیم
پارەى بۆ کوێکەمەوه!

دایکم بە زەرەخەنەوه وتى:

- ئەمە نمونەىە کى باشە، ئیستا، ئایا بىرت دەکەوتەوه
کەى لە شتیک بێزاربووى؟

منیش ئەو یاریەم بىرکەوتەوه کە پار سال زۆر
تامەزرۆى بە دەستەینانى بووم پێش پۆژى لەدایک
بوونم، بەلام ئیستا هیچ یارى پێ ناکەم.

دایکم سەرى لەقاند و وتى:

- ئەوه هەمان شتە لەگەڵ سەیرکردنى وینەو فیدیۆى
خراب.

- کاتیک وینەکان بێزارکەر دەبن، کەسەکان بەدواى
وینەى نوێ زیاتر و دیمەنى سەیرتر دەگەرێن بۆ
ئەوهى بگەنە هەمان ئاستى چێژ کە کەسەرەتادا پێى
دەگەشتن.

- گهران به دواي وڙنهي زياتر و ديمهني جياوازتر،
 ٽهمهيه وامن ليدهڪات توشي ٽالوودهوون ببين.
 به خيرايي وتم :

+ ٽهي خوايه گيان! بهراستي نامهوي توشي هيچ
 ٽالوودهوون ٽيڪ بيم!
 داڪيشم وتي:

- ڀوڙه شيرينه ڪم ههروهه منيش نامهوي ههريگيز
 توشي ٽالوودهوون ببين، ڪيشه ٽهويه سهيرڪردني
 وڙنهي خراب زور به خيرايي ههستيڪي وروڙينه ر له
 جهسته دا دروست دهڪات، تنانته پيش ٽهوي لئي
 دوور بکهويتهوه.

- ٽهم ڪاره رهنهگه نيو چرکه بخايهني، ههروهه
 سهيرڪردني يهڪ وڙنه يان ديمهني فيديوڙي خراب
 لهلايهن مندالوه دهڪري پهروشي و فزولييهڪي زوري
 بو دروست بڪات بو بينيني وڙنهو ديمهني زياتر.

- ڪاره راستهڪه ٽهويه، برٽڪي راوهستان داگري بو
 ههسته وروڙينه رکان و پهروشي و فزولي تا نهگاته

را دەى ئالوودەبوون (واتا کاتیکی هەستیکی لەو
جوۆرەت بۆ دروست دەبی یان پەرۆشی ئەوەت دەبی
سەیری بکەى، پێویستە بیرکەیتەووەو بوەستی
وسەیرنەکەى بۆ ئەوەى ئالوودەنەبی).

منیش وەلامى دایکەم دایەو:

+ ئەو چۆن دەکری؟

دایکەم وتی:

- پرسیاریکی زۆر گرنگە.

دەستی کێشا بەپێشەوێ سەرم وتی:

- ئەمە زۆر ئاسانە! میشکی فکریت دەتوانی ئەو کارە

بکات، تەنها پێویستی بە پلانیکی.

چی فی‌ربووو؟

- ئەو وێنەو دیمەنە خراپانەیی لەمیشک
هەڵدەگیرن، دەتوانن هەستی‌کی بەهێزی وروژێنەر
دروست بکەن کە وادە‌کات هەزێکی زۆرت بۆ
دروست بێ بۆ دیتنی وێنەو دیمەنی تر، بە‌لام
میشک دە‌کری زۆر زوو بێزار بێ.
- ئالۆدە‌بوون کاتی‌ک دە‌ست پێ‌دە‌کات کە‌سە‌کە
هە‌وڵ‌دات بە‌ دوا‌ی وێنە‌ی جیا‌وازتر و دیمە‌نی
نا‌شرین‌تر ب‌گه‌ڕێ، کە‌وا دە‌کات نا‌وە‌ندی سەر‌نج
پاک‌یشان بو‌روژێ.
- بۆ ئە‌وە‌ی لە ئالۆدە‌بوون پار‌ت‌زراو بێ، پێ‌وی‌سته
پلان دا‌بنێ.

ميشکي فکري چوڼ

دهتواني پلان دابني؟

به شي
هه شته م

دايکم پي و تم:

- دهيت هه چه ند له توانام دابي، پيوسته له سهيرکردني
وښه خراب دوور بکه ومه وه، به لام نه گهر هاتو
له ناکاوږک له شوښنک که و ته بهرچاوم، پيوسته نه م
خالانه جي به جي بکه م :

۱- چاوم داخه م.

۲- به که سيکي باوه پيکراو و جي متمانه بلیم.

۳- ناوی بلیم کاتيک دهیبنم.

۴- خو م خه ریک بکه م به شتيکي تري جياواز.

۵- فەرمان بکه م به ميشکي فکريم که نه و بهرپرس

بيت.

١- یەكسەر چاوهكانم داخەم:

چەند چركەيەك لەبەر دەم وینەو فیدیوی خراب،
 وادەكات بۆلای خۆیت ڕابکێشی، هەرچەند زیاتر
 سەیری بکەى، بیرەوهریەکانى وینەى خراب لە
 میشتەدا بەهێزتر دەبن.

دواى ئەوێ چاوم داخست دەتوانم ڕۆم وەرەبگیرم و
 دوور بکەومەوه.

بۆ نمونە ئەگەر لەسەر شاشەى لاپتۆپەكەم وینە
 یاخود دیمەنێكى خراب دەرکەوت، خێرا شاشەكە
 داخەم بێ ئەوێ سەیری بکەم، داخستى شاشەكە
 باشتەرە لە هەولدان بۆ داخستنى سایتەكە.

٢- هەمیشە بە كەسیك بلییم كە جیگای متمانەیه:

هەلگرتنى نهێنى دیتنى وینەو فیدیوی بیئابرووی
 لەلای خۆت هەرگیز بیروكەيەكى باش نییه.

دایكەم پێى وتم: بابەتە بیئابروویەكان دەكرێ
 هەستىكى بەهێز و وروژێنەرم بۆ دروست بكات،
 بەشیوەیهكى ئیجگار زیاتر گەر ئەم نهێنیەم لەلای

خوږم هيښته وه.

گهر سه خت بوو باسي نهم نهښتیه بکه م، ده توانم له
پهړيکدا بينوسم بیده م به دايکم يا خود باوکم، نه وان
له کاتي گونجاودا قسم له گهل بکه ن و پړنمايم
بکه ن.

گهر له شوړنيک بووم و که سيک وښه کی څراپی
پی پيشان دام، ده توام پرسته یه ک بلیم که دايک و
باوکم لیم تيښگه ن و بین له و شوړنه هلمبگر ن و
لامببه ن وه ک (گه ده م ژان ده کا).

۳. ناوی بنیم کاتيک ده بينم:

به هيمنی و له سره خوښه وه به ده نگیکی که م که
خوت گویت له خوت بی بلې : (نهمه وښه یان
فيديو څراپه)، هر کاتيک شتيکی وام که و ته
به رچاو خیرا بلیم نهمه وښه کی څراپه، ناونانی به و
شيويه يارمه تی ميشکی فکری ده دا بيناسيته وه و
ره تی بکاته وه.

خیزانه که مان برپاړياند او ده يارمه تی به کتر بده ين،
ته نانه ت نه گهر له دهره وه ی مالیش بين، هر

کاتیەک یەکیکمان توشی بابەتیکی بێئابرووی
بووین، بە گۆی یەکترا بچڕینین " ئەمە وێنە یان
فیدیۆی خراپە ".

٤- خۆم بە شتیکی جیاوازتر خەریک بکەم:

سەرئەنجام بۆ لای شتیکی تر بچۆلینم، کاریک کە
پۆستی بە جولانی جەستەیی هەبێ.
کاتیەک وێنەیەکی خراپ دەبینم، دەتوانم سەرئە
بەمە کاریکی دیکە وەک لێخوڕینی پایسکیل،
یان لەگەڵ ھاورپێکەم بپۆمە دەرەو، یان یاریە ک
بکەم.

دایکەم پێی وتم، ھەندیک منداڵ لەو کاتانەدا
قورئان دەخوێنن یان نەشیدیک دەلێن یان ھۆنراوەی
شەریک دەلێنەو، ئەگەر منداڵ ئەو زانیاریانە
نەجامبدا کە لە دینە کە یەوێ فێر بوو بێگومان لە
سەرکردنی وێنەی خراپ دوور دەکەوێت.

دەتوانم مێشکەم رابھێنم لەو کاتانەدا خۆی خەریک
بکا بە شتیکی دیکەو، بێر لە شتیکی دیکە

بکەمەوه، لە کۆتاییدا سەرنجەم بۆ لای شتیکی تر
دەروا.

بەپراھینان کردن بەرە بەرە ئەم وینانە کەمتر سەرنجەم
را دەکێشێ.

٥- فەرمان بە مێشکی فکریم بکەم کە ئەو
بەرپرس بێت:

دەتوانم بریار بەدەم بۆ هەمیشە کە هەرگیز جارێکی
تر سەیری وینە یان دیمەنێکی خراپ نەکەم،
تەنانت ئەگەر لەناکاویک کەوتە بەرچاوم، کارە
دروستە کە ئەوێهە فەرمان بە مێشکی فکریم بکەم
بەرپرس بێت و قسە بۆ مێشکی عاتیفی بکەم.

((مێشکی عاتیفی، پەنگە تۆ پەرۆشیەکی زۆرت
هەبێ و حەزت لێبێ سەیری وینەى خراپى زیاتر
بکەى، بەلام من دەتوانم مێشکی فکری هەلبژێرم
و بۆ هەمیشە ئازاد بێم لە بۆسە و تەلەى وینە
خراپەکان)).

من دەتوانم ئەمە ئەنجام بدەم!

من دەتوانم وا لەمیشکی فکرم بکەم بە هیڤز بێت،
 بەوێی کە بریاریدەم سەیری وینە ی خراپ نە کەم،
 ھەروەھا فێر بێم چۆن کۆنترۆلی نە فسی خۆم
 بکەم.

بەشی
نۆیەم

چۆن دوور بکە و مەوێ لە بابەتە بێئابروویەکان؟

پۆژی دواتر دواى نانى ئێواره، لە گەڵ باوكم چوین
بۆ گەراجە کە بۆ چاککردنەوێ پایسکیله کەم.

باوكم وتی:

- کۆرە کەم حالت چۆنە؟

دوێنی شوو گویم لێ بوو لە گەڵ دایکت باسی وینەى
خراپتان دەکرد.

+ (باوکه گیان پێی دەگوترى وینەى بێئابرووی).

باوكم زەردەخەنەى کردوو وتی:

- باشە، دایکت راستە کات — سەیرکردنى بابەتە
بێئابروویەکان زیان بە مێشک دەگەیەنێ.

باوكم پلايسه‌كه‌ی هیناو ده‌ستمان كرد به
چاك‌كردنه‌وه‌ی پايسكيله‌كه‌، دواى ئه‌وه‌ی كورسى و
په‌یدانى نویمان بۆ به‌ست، وه‌ك ئه‌وه‌ وابو تازه‌ كرییتت.

+ سوپاست ده‌كه‌م باوكه‌ گيان، زۆر باش دياره‌.
پايسكيله‌كه‌م برد و لی‌مخوړی دواى دووباره‌ بردمه‌وه
جینگای خو‌ی له‌ گه‌راجه‌كه‌.

باوكم پاكه‌تییكى له‌ سندوقه‌كه‌ ده‌هیناو وتی:

- كۆره‌ باشه‌كه‌م ده‌زانى ئه‌مه‌ چیه‌؟
سه‌یرم كرد.

+ (باوكه‌ ئه‌مه‌ ژه‌هر نییه‌؟)

- به‌لێ ئازیزه‌كه‌م ژه‌هره‌.

- پارچه‌ی خواردن كه‌ ژه‌هری پێوه‌یه‌ تامی زۆرخۆشه‌
به‌لای مشكه‌كانه‌وه‌، وا ده‌زانن ئه‌مه‌ خواردنه‌، به‌لام
دواى خواردنى چهند پارویێك، ژه‌هره‌كه‌ ده‌یانكوژى.
باوكم كارتۆنى ژه‌هره‌كه‌ی خسته‌ سندوقه‌كه‌و
دایخست.

ئىنجا وتى:

- (بابەتە بىئابروويە كان وەك ئەم ژەھرە وايە).
- لە راستیدا ئەوانەى وىنەو قىدىۋى بىئابروويى دەفرۆشن، لە ئىنتەرنىت و تەلەفزیۆن و كاسىتى گۆرانى و رپۇژنامەكان دايدەنىن، بۆ ئەوەى تۆ ھەلبخەلەتینن.

- سەرەتا وا ھەست دەكەى سەیرکردنى بابەتە بىئابروويە كان بىرۆكەيەكى باشە لەبەر ئەوەى دەتوانى جەستەت بوروژىنى بەلام دواتر زۆر زوو، خىراتر لەوەى كە خەيال دەكەى، دەستەكات بە كوشتن و لەناوبردنى مېشكت بە ھىزىكى وەك ژەھر.
- بە باوكم وت:

- + دايكم وتى: ئەگەر وىنە يان ديمەنىكى خراپم بينى لەھەركاتىكدا بوو خىرا بلىم " ئەمە وىنەى خراپە " و يەكسەر لىي دوور كەومەوہ.

باوکیشم وتی:

- ئەمە راستە، ئەگەر هاتبا و مشکەکان تۆناییان بۆ
ئەمە ژەهره کاتییک خواردنە که دەبینن، لێی
دوورکهوتبانهوه، ئایا بهپرای تۆ ژەهره که دهیتوانی
زیانیان پێ بگهیهنی؟

+ نهخێر باوکە گیان باوهڕناکەم زیانیان پێ بگهیهنی.
- گەر تۆ دانت بهوه دانا که "وێنهو قیدیوی یێنابرووی"
ژههریکه بۆت دانراوه تۆش دوورکهوتیتهوه لێی، ئەوا
تۆ توانای ئەوهت دهبی میشتکت بهسهلامهتی بپاریژی.
دواتر باوکم باوهشی پیاکردم و وتی:

- ((کۆپه شیرینه کهم قسه کانم لهبیر مه که، گەر ئەمڕۆ
برپاری دروست بدهی... بهیانیش شتانیکی باش
پرووده دهن)).

دواتر بهیه کهوه پێکهینن، ئەوه ههزاران جاره ئەم قسهیه
له باوکم گوی لێدهبی.

- ئازیزه کهم ههركاتیک ویستت قسه بکهین، من لێرم
بۆتۆ، باشه؟

+ سوپاست دەکەم باوکە گیان.

دایکەم دەرگای گەراجەکەى کردەووە زەرەخەنەى کرد.

- سلاوتان لیبى، بوەستن با وڙنەيە کتان بگرم لە گەل
کۆتا پرۆژە کەتان.

دایکەم وڙنەى بو چرکاندین و باوکیشم پوناکی
گەراجەکەى کۆژاندەووە.

چوینە چیشخانە و بانگی کردم، وتى:

- وەرە ئێرە کورپەکەم، نازانم چ شتیکت پێویستە، بەلام
نامادەم هەندى شیرینی بخۆم.

بەيەکەووە لەسەر کورسى دانیشتىن و شیرینیان
خوارد.

دایکەم ئەو وڙنەيەى پێشانداين کە کەمىک لەمەوپێش
بۆمانى چرکاندبوو، زەرەخەنەى کردوو وتى:

- ئەمە وڙنەيەکى باشە، دەيخەمە ئێو ئەلبومى وڙنەى
خێزانیمان، بەراستى یادگارىەکى ناوازە دەيیت.

سهيری وښه څوږم و باوکم کرد، زانيم نه وه
وښه به که که ده توانم له ميشکدا هليبگرم، هرکاتیک
وښه به کی بیتابرووی که وته بهرچاوم، من ده توانم
به سهریدا زال بم و به به کارهینانی ميشکی فکريم.

من ئیستا ده زانم، که ده توانم نه مه نه نجام بدهم:

- ۱- چاوم داخه م.
- ۲- هه ميشه به که سیکي متمانه پیکراو بلیم.
- ۳- ناوی بنیم کاتیک ده بینم.
- ۴- څوږم به شتيکی تره وه خه ریک بکه م.
- ۵- فهرمان به ميشکی فکريم بکه م که بهرپرس بیت.

چەند قسەیه کی پښوېست

خوښه ری بهر پښ! پښ نه وهی گفتوگو له گهل
منداله کت بکهیت، پښوېسته ناگاداری چەند خالیک
بیت:

- سهرنج بدهن دایکه که له ماوهی چەند کاتیکی
جیاواز گفتوگو له گهل کوره کهی ده کات، نه ک
همو زانیاریه کانی به یه ک کات و دانیشتن پی
بگهیه نیت.

- زور گرنگه نهو کهسهی ناموژگاری مندالیک
ده کات، کهسیکی نزیکی منداله که بیت، منداله که
خوشی بویت بو نه وهی گوپی بو بگریت و
ناموژگاریه کانیشی لی وهر گریت، ده کری نهو
کهسه (دایک، باوک، خوشکی گه وره، برای
گه وره، داپیره، باپیره، خال، مام، پور، ماموستان..).

بەلام مەرجە ئەم كەسە شارەزايەت چۆن ئامۆژگارى دەكات، خۆى تىگەيشتوو بىت و ھۆشيار بىت، پيش دەستکردن بەو جۆرە گفتوگۆيانە پيويستە زۆرتەرين زانيارى كۆبكرتتەو بۆ ئەوئى بتوانى بەشيۆەيەكى زانستيانەو باش گفتوگۆى لەگەڵ بكەى.

- سەرنجى ئەوئەش بەدەن دايك و باوكەكە ھەردووكيان ھۆشياربوون و ھەردووكيان پۆليان ھەبوو لە تىگەيانەدەن و ئامۆژگارەكردنى منداڵەكە، ئەگەر پيشوئەختە دايك و باوكەكە بەشيۆەيە ھەردووكيان رپك بكەون و ھەردووكيان خويان دەولەمەند بكەن بە زانيارى و پالپشتى قسەى يەكتر بكەن، بيگومان و تەكان زياتر كاريگەر دەبن.

- ھەرئەوئە پيويستە پەچاوى تەمەنى منداڵ بكرى لەپرووى ھەلبژاردنى ووشەكان، بەھيچ جۆرەك نابى و ناگونجى و شەى (سيكس) و ئەو ووشانە بگوترين كە ئەگەرى ھەيە منداڵ دواتر پەرۆشى بۆ دروست بى و بچى بەدوايدا بگەرپى لە سايت و تۆرە

کۆمەلایەتییه کان، دەتوانن بۆ منداڵی خوار تەمەنی ۹ ساڵ دەستەواژە "بابەتی بیئاپرووی بە کار نەهێنن" بە لکو لەبری ئەوە دەستەواژە "وینە ی خراپ یان قیدیۆی خراپ" بە کار بیستن، لە گەڵ ڕونکردنەویەکی ئاسان و سادە و بێ زیان وەک (وینە ی خراپ و اتا وینە ی کەسیک جلیکی کەمی لە بەردایە، یاخود بێ جله).

- هەروەها پێویستە ئەو کەسە ی ئامۆژگاریکارە، زۆر هیمن و لەسەر خو بیست، منداڵ هەر جوړە پرسیاریکی کرد بە هیمنی و بێ بتوڕەبوون بۆی ڕوون بکەتەوە بێ ئەوەی وردەکاری باس بکری و زیان بە پاکی و بەرائەتی منداڵ بگەیەندرێ.. ئەگەری هەیه دوا ی پرسیارکردنی منداڵ کە بە توڕەیی وەلامی درایەوه یان سەرکۆنە ی بکری، جاریکی تر قسە بۆ ئەم کەسە نەکات و پرسیاری لێنەکات و دەرگای گفتووگوۆ لە نیوانیان بۆ هەمیشە داخات، ئەمەش کارەساتە چونکە ئەگەر

له پريگايه كي دروسته وه لآم وهرنه گري، ده كړي له
شونځيكي تر، به هه له وه لآم وهر گري زوريش زياني
پي بگه يه نني له داهاتوودا.

- دايك و باوكه خه مخوره كان، هيچ عهيب نيه
نه گهر وه لآمي پرسيارنك نه زانن، يان نه گهر
هه ستان كرد پيويستيتان به يارمه تيه له
په روه رده كړني منداله كه تان، په يوه ندي به كه سيكي
شاره زا بكن يان دكتورنكي پسور.

- هه روه ها په روه رده سيكي و ناموژگاري كړني
مندال سه باره ت به هو شيار كړني له باره ي نه م جوړه
بابه تانه، پيويسته تاكه كه سي بيت نه ك به كومهل،
واتا په روه رده تاكه كه سييه، ته نانه ت نه گهر
منداله كانت هاو ته مهنش بن يان له هه مان ره گز
بن، هه ر پيويست ده كات به جيا گفتوگويان له گهل
بكهيت و به جيا ناموژگاريان بكهيت.

(سبحانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ)

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

پیرست

- ۷..... پيشه کی :
- ۱۵..... پيشه کی وەرگير :
- ۱۹..... بهشی يه کهم: بابته بيتابر ووييه کان چين ؟
- ۲۷..... بهشی دووهم: ئالووده بوون چيه ؟
- ۳۳..... بهشی سييه م: ميشکی عاتيفی :
- ۳۹..... بهشی چواره م: ميشکی فکری
- بهشی پينجه م: ههردوو بهشی ميشک بهيه کهوه کار
- ۴۳..... ده کهن
- ۴۷..... بهشی شه شه م: ناوهندی سهرنج را کيشان
- بهشی ههوتهم: سهير کردنی وینه و فيديو بيتابر ووييه کان
- چون بهرهو ئالووده بوونت ده بن؟ ۵۵.....

بهشي ههشتهم: ميشکي فکري چۆن دهتواني پلان

دابيني؟ ۶۳

بهشي نويمه: چۆن دوور بکهمه وه له بابته

بيئابروويه کان ۶۹

چهند قسهيه کي پيوست: ۷۵

پيرست ۷۹

پروژەيەکی گرنګ بۆ ھەموو خێزانێک:

لەسایە ئێمە پێشکەوتنە گەورانەیی لەبوارە جیاجیاکانی ژياندا ھاتوونەتە ئاراوە، لەنێویشیاندا بەئاسانی گەیشتنی ئامرازەکانی پەيوەندی بۆ نێو ھەموو مەلێک، ئەرکی خێزان قورستر بوو، پەروەردەکردنی منداڵ پێویستی بەشیوازی نوێ و ھۆشیاری زیاتر ھەیە.

ئەم پروژەيە یارمەتیدەرە بۆ خێزان، لەدووڕخستەنەوێ منداڵەکانیان لەسەیرکردنی دیمەنی نەشیاو، لەرێگە پەروەردەکردنیاوە بە پەروەردەيەکی ھاوچەرخیی دروست، کە ئاشنای مەترسییەکانی ئەم دیاردەيە بن.

تیمی (واعی) لەچەندین وڵاتدا، جگە لەکتێب لەبوارە کردنەوێ خولی ھۆشیاری و پێگەیاندا دەست بەکار و ئەنجامی باشی ھەبوو.

لەکوردستانیش ئەمە سەرەتای کارەکانە، بەو ئومێدەیی بتوانین لە رێگە ئێمە زنجیرە کتێبەو، خزمەتی بە نەوێ ئیستاو داھاتوویمان بکەین.

نوسینگە ئەفسەر

بۆ بلاوکردنەو

ھەولێر - شەقامی - ٣مەتری نەیشیت مەروە جۆلی

نرخى 2.000 دینار

    /TafseerOffice

+964 750 818 08 66

www.al-tafseer.com

tafseeroffice@yahoo.com